5.084 Polievka slovenská šajtlava
100 porcií

Receptúra

Potravina	Veková skupina							
	A		B		C		D	
	Hmotnosť v kg, l, ks							
	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
voda	18,00	18,00	20,00	20,00	22,00	22,00	25,00	25,00
zemiaky	2,50	1,75	2,50	1,75	3,00	2,10	3,50	2,45
mrkva	0,60	0,48	0,60	0,48	0,60	0,48	0,90	0,72
zeler	0,30	0,24	0,30	0,24	0,30	0,24	0,30	0,24
petržlen	0,20	0,16	0,30	0,24	0,30	0,24	0,30	0,24
kaleráb	0,10	0,08	0,30	0,24	0,30	0,24	0,30	0,24
kapusta hlávková	2,00	1,60	2,00	1,60	2,00	1,60	2,50	2,00
olej	0,15	0,15	0,20	0,20	0,30	0,30	0,60	0,60
slanina údená			0,10	0,10	0,10	0,10	0,20	0,20
múka hladká	0,20	0,20	0,20	0,20	0,25	0,25	0,35	0,35
cibuľa	0,30	0,25	0,30	0,25	0,30	0,25	0,30	0,25
paprika mletá červená	0,02	0,02	0,03	0,03	0,03	0,03	0,05	0,05
soľ	0,07	0,07	0,10	0,10	0,12	0,12	0,15	0,15
hmotnosť porcie v g	180		200		220		250	

Výrobný postup

Umytú, očistenú koreňovú zeleninu pokrájame na rezance alebo postrúhame na hrubšom strúhadle a dáme variť do vriacej osolenej vody. Neskoršie pridáme umyté, očistené, na drobné kocky pokrájané zemiaky a očistenú, umytú na rezance pokrájanú alebo postrúhanú hlávkovú kapustu. Na oleji a slanine speníme očistenú, pokrájanú cibuľu, pridáme hladkú múku, červenú papriku, popražíme, zalejeme vodou, vlejeme do polievky a varíme ešte 20 minút.

Nutričné zloženie 1 porcie

veková skupina	energetická hodnota		bielkoviny	tuky	kyselina linolová	sacharidy	vláknina	vápnik	železo	vitamíny				
										A	B_1	B_2	C	E
	kJ	kcal	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg
A	201	48	0,96	1,6	0,9	6,7	1,4	29,2	0,4	0,104	0,0	0,0	7,0	0,0
B	247	59	1,11	2,7	1,2	6,8	1,5	32,8	0,5	0,105	0,0	0,0	7,9	0,0
C	306	73	1,24	3,7	1,8	7,9	1,6	35,0	0,5	0,10	0,0	0,0	8,5	0,0

D	479	115	1,62	7,3	3,7	9,7	1,9	41,5	0,6	0,155	0,0	0,0	9,8	0,0